

## صحيفة حقائق بشأن الحصبة

### ما هي الحصبة

تحدث عدوى الحصبة بسبب فيروس، وتنتشر بين الأشخاص بسهولة شديدة. بمجرد أن تبدأ الأعراض، يمكن أن يتوقع الشخص سريعًا. يمكن أن تصاب بالحصبة في أي عمر، ولكن غالبًا ما يصاب بها الأطفال الصغار.

### كيف تنتشر الحصبة

تحدث الإصابة بالحصبة من خلال الاتصال الوثيق بشخص مصاب بالحصبة. يمكن أن يكون ذلك عن طريق الهواء عند السعال أو العطس، أو عن طريق لمس الأشياء التي سعل أو عطس عليها شخص مصاب بالحصبة. تنتشر الحصبة بسهولة شديدة في المنازل وفي الأماكن الأخرى التي يختلط فيها الناس ببعضهم البعض بشكل وثيق.

يمكن أن تكون محميًا من الإصابة بالحصبة إذا كنت قد حصلت على جرعتين من لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR)، أو إذا كنت قد تعرضت للإصابة بها من قبل.

يمكن لأي شخص مصاب بالحصبة أن ينشر العدوى في الأيام الـ 4 التي تسبق ظهور الطفح الجلدي وحتى 4 أيام بعد ظهور الطفح الجلدي.

### أعراض الحصبة

تبدأ أعراض الحصبة عادة في غضون 10 إلى 12 يومًا من الإصابة بالعدوى. وفي بعض الأحيان، قد يستغرق ظهور أي أعراض ما يصل إلى 21 يومًا.

تبدأ الحصبة عادة بأعراض تشبه أعراض البرد. وتشمل الأعراض الأولى للحصبة ما يلي:

- ارتفاع درجة الحرارة
- سيلان الأنف أو انسدادها
- العطس
- السعال
- إحمرار العين أو التهابها أو إفراز الدموع

قد تظهر بقع بيضاء صغيرة داخل الخدين وعلى ظهر الشفتين بعد بضعة أيام. عادة ما تستمر هذه البقع لبضعة أيام. عادة ما يظهر الطفح الجلدي بعد 2 إلى 4 أيام من بدء الأعراض المشابهة لأعراض البرد. ويبدأ الطفح الجلدي على الوجه وخلف الأذنين قبل أن ينتشر إلى بقية الجسم.

يمكن أحيانًا أن تزداد بقع الطفح الجلدي للحصبة، وقد تتلاصق لتشكيل بقع ملطخة، وعادة لا يصاحبها شعورًا بالحكة. يبدو الطفح الجلدي بلون بني أو أحمر على البشرة البيضاء. وقد يكون من الصعب رؤيته على البشرة البنية والسوداء.

### ما مدى خطورة الحصبة؟

يمكن أن تتفاقم إصابة شخص واحد تقريبًا من كل 15 شخصًا مصابًا بالحصبة، ويكون الأطفال الأصغر سنًا والنساء الحوامل والأشخاص الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة أكثر عرضة للإصابة بتوابع خطيرة.

يمكن أن تشمل المضاعفات الأكثر خطورة للحصبة ما يلي:

- التهابات الأذن
- عدوى الرئة (الالتهاب الرئوي)
- الإسهال
- الجفاف
- الثوبت (من المضاعفات الأقل شيوعًا)

يمكن أن تؤدي عدوى الحصبة أثناء الحمل إلى فقدان الطفل أو الولادة المبكرة.

### الوقاية من الحصبة

إن الحصول على لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية هو أفضل طريقة للوقاية من الحصبة.

يُعطى اللقاح عادةً للأطفال على جرعتين. تعطى الجرعة الأولى للأطفال بعمر 12 شهرًا، وتعطى الجرعة الثانية بعد عمر 3 سنوات و4 أشهر.

إذا عرفت أن طفلك كان على اتصال وثيق بشخص مصاب بالحصبة، فقد يوصي طبيبك أحيانًا بإعطاء لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية في وقت مبكر عن مواعيد هذه الجرعات المقررة. إذا أعطيت جرعة لرضيع يقل عمره عن 12 شهرًا، فلا يزال يتعين عليك إعطائه الجرعتين المعتادتين من الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية في الأوقات المعتادة (بفاصل زمني شهر واحد على الأقل بين أي جرعات).

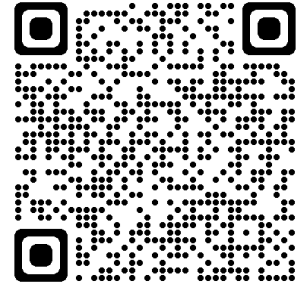
إذا فات شخص ما جرعة أو لم يكن متأكدًا مما إذا كان قد حصل على أي لقاحات، فيمكن إعطائه اللقاح في أي عمر. يمكن للوالدين والأوصياء التحقق من الكتاب الأحمر لأطفالهم للاطلاع على سجلات التطعيم الخاصة بهم.

لا ينبغي أن تحصل النساء الحوامل ولا الأشخاص الذين يعانون من ضعف جهاز المناعة على اللقاح. إذا اعتقدوا أنهم كان على اتصال بشخص مصاب بالحصبة، فيجب عليهم التحدث إلى طبيبه أو طبيب الولادة للحصول على مزيد من النصائح.

لمزيد من المعلومات حول لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية، تفضل بزيارة:

<http://www.nhs.uk/conditions/vaccinations/mmr-vaccine>

أو امسح رمز الاستجابة السريعة التالي:



## الابتعاد عن الآخرين إذا كنت مريضاً بالحصبة

يمكن للشخص المصاب بالحصبة أن ينشر العدوى في الأيام الـ 4 التي تسبق إصابته بالطفح الجلدي. بمجرد إصابة الشخص بالطفح الجلدي، لا يزال بإمكانه نشر العدوى لمدة 4 أيام أخرى.

إذا أخبرك أخصائي الرعاية الصحية أنك قد تكون مصاباً بالحصبة، فيجب عليك الابتعاد عن رعاية الأطفال أو الذهاب للمدرسة أو العمل لمدة 4 أيام على الأقل من أول وقت ظهور الطفح الجلدي. يمكنك العودة إلى أنشطتك العادية بعد 4 أيام إذا شعرت أنك بصحة جيدة ولم تعد درجة حرارتك مرتفعة.

## علاج الأشخاص المصابين بالحصبة

تبدأ أعراض الحصبة عادة في التحسن في غضون أسبوع تقريباً.

قد يكون مفيداً الحصول على قسط من الراحة وشرب الكثير من السوائل، مثل الماء، لتجنب الجفاف.

يمكن أن تسبب الحصبة في بعض الأحيان أمراضاً أخرى. قد يتم إعطاؤك مضادات حيوية لعلاجها.

إذا أخبرك أخصائي الرعاية الصحية أنك قد تكون مصاباً بالحصبة وتعتقد أنك تعاني أنت أو طفلك من آثار صحية أكثر خطورة، فيجب عليك الاتصال بطبيبك العام.

يتوفر المزيد من المعلومات حول الحصبة من خلال الرابط التالي:

<http://www.nhs.uk/conditions/measles>

أو من خلال مسح رمز الاستجابة السريعة:

